

CONSEJOS ESCOLARES DE PARTICIPACIÓN SOCIAL

CONTRA EL ACOSO ESCOLAR O *BULLYING*

**CONOCERLO – PREVENIRLO –
COMBATIRLO =
TOLERANCIA CERO**

Por Lana Fabri Montero

© FERNÁNDEZ educación, s.a. de c.v.

Contra el acoso escolar o *bullying*
Conocerlo – Prevenirlo – Combatirlo = Tolerancia cero
Por Lana Fabri Montero
Primera edición, junio 2011

Derechos reservados conforme a la ley por: © 2011 FERNÁNDEZ educación, s.a. de c.v. Eje 1 Pte. México-Coyoacan 321. Col. Xoco. Delegación Benito Juárez. 03330, México, D. F. (MÉXICO). Miembro N.º 3546 de la Cámara Nacional de la Industria Editorial Mexicana.

ISBN: 9978-607-498-197-1

Las características de esta edición, así como su contenido, son propiedad de FERNÁNDEZ educación, s.a. de c.v., no pudiendo, la obra completa o alguna de sus partes, ser reproducida mediante ningún sistema mecánico o electrónico de reproducción, incluyendo el fotocopiado, sin la autorización escrita del editor.

Esta obra se terminó de imprimir el día 10 de junio de 2011 en los talleres de Servicios Editoriales y de Impresión, S.A. de C.V., Salvador Velazco 106. Parque Industrial Exportec I. 50200, Toluca, Estado de México.

IMPRESO EN MÉXICO-PRINTED IN MEXICO

Índice

Presentación

1. Todo sobre el acoso escolar o *bullying*: qué, quién, dónde, cuándo y cómo
2. ¿Por qué hay agresores y víctimas?
3. Consecuencias del acoso escolar
4. Valores y límites: la solución ideal
5. ¿Qué son las habilidades sociales y para qué sirven?
6. La comunicación es la clave
7. El acoso escolar, ¿se castiga?
8. Información y sugerencias
 - 8.1 Para padres de víctimas
 - 8.2 Para padres de agresores
 - 8.3 Para directivos escolares
 - 8.4 Para maestros
 - 8.5 Para personal escolar
 - 8.6 Para prestadores de servicios médicos y psicológicos
 - 8.7 Para víctimas
 - 8.8 Para amigos de las víctimas
 - 8.9 Para testigos
 - 8.10 Para agresores y sus cómplices
9. Prevención y combate al acoso escolar

Fuentes de consulta

Glosario

No me preocupa el grito de los violentos,

de los corruptos,

de los deshonestos,

de los sin ética.

Lo que más me preocupa es el silencio de los buenos.

Martin Luther King

DOS LOBOS

Un viejo cherokee le contó a su nieto acerca de la batalla que ocurre en el interior de cada persona.

Le dijo: "Hijo mío, esa batalla la sostienen los dos lobos que viven dentro de cada uno de nosotros. Uno es malvado y está lleno de ira, de envidia, de miedo, de tristeza, de avaricia, de arrogancia, de agresividad, de culpa, de resentimiento, de inferioridad, de mentiras, de falso orgullo, de superioridad, de baja autoestima y de ego... El otro, es bueno y está repleto de alegría, de paz, de amor, de conciencia, de serenidad, de humildad, de bondad, de benevolencia, de empatía, de generosidad, de verdad, de compasión y de valores".

El nieto lo meditó y después de un minuto preguntó a su abuelo: "¿Qué lobo es el que gana?".

Su abuelo le respondió: "Aquel al que tú alimentes".

Anónimo

PRESENTACIÓN

Los Consejos Escolares de Participación Social sirven para unir y dar voz a padres, maestros, directores, exalumnos y otras personas interesadas en la educación, para que niños y jóvenes estudien y aprendan mejor. Por esta razón es importante formar parte de los Comités, que son los grupos donde se tratan distintos temas que afectan a la escuela.

Últimamente se ha escuchado mucho sobre problemas entre compañeros de escuela: golpes, riñas, insultos, robos, abusos, todos, expresiones de violencia. A esto se le conoce como acoso escolar o *bullying*.

¿Desesperante? Sí, para padres de familia, maestros, directivos escolares y, peor aún, para niños y jóvenes. Las consecuencias que padecen las víctimas son dolorosas y en un extremo causan la muerte. Así de alarmante es el acoso escolar.

Muchos niños y jóvenes van a la escuela con miedo. Pero eso no es todo, empiezan a tener problemas en su aprovechamiento escolar, en su persona y en su vida. Por todo esto, muchos quieren cambiar de escuela para dejar de sufrir, pero esa no es la solución.

Contra el acoso escolar o bullying. Conocerlo – Prevenirlo – Combatirlo = Tolerancia cero es una herramienta valiosa para quienes forman parte del Comité de Desaliento de las Prácticas que Generen Violencia entre Pares. En este libro se explica todo sobre el acoso escolar: qué es, quién participa, cuándo, dónde y por qué pasa. Pero lo más importante es dar el mensaje que para detenerlo hay que reconocerlo y actuar, ayudados de la comunicación, la práctica de valores en familia y el desarrollo de habilidades en niños y jóvenes.

Usted tiene un compromiso con su hijo: enseñarlo a respetar, a defenderse, a convivir en paz. De no hacerlo, correrá el riesgo de terminar con sus sueños, sus ilusiones y su futuro; pues este tipo de violencia no termina en la escuela, sigue en otras partes como la casa o el trabajo.

Tolerancia cero contra cualquier tipo de violencia.

CAPÍTULO 1. Todo sobre el acoso escolar o *bullying*: qué, quién, dónde, cuándo y cómo

El acoso escolar o *bullying* es cuando un estudiante molesta a otro, es decir, le pega; se burla por su aspecto, forma de hablar o de vestir; le esconde o rompe sus pertenencias; lo amenaza o lo obliga a hacer algo que no quiere. Siempre tiene una intención, lastimar a otros. Además, no sólo pasa una, sino varias o muchas veces.

El *bullying* existe desde hace cientos de años, pero hasta nuestros días se le ha dado atención. El problema es que no se reporta o no se da la importancia que merece.

**No es un juego, un accidente o una travesura,
el acoso escolar es un acto de violencia que causa dolor.**

¿Quiénes participan?

- **Víctima:** es a quien molestan.
- **Bully:** es el que agrede o molesta.
- **Cómplice:** es amigo del *bully* y lo ayuda.
- **Testigo:** es quien observa la agresión y no la reporta.

¿Dónde ocurre?

- En cualquier lugar.
- En escuelas públicas o privadas.
- En cualquier salón.
- En cualquier grado escolar.

¿A quién le pasa?

- A niñas, niños y jóvenes.
- A personas de todas las razas.
- A personas de todas las religiones o creencias.
- A cualquier persona sin importar su posición económica.
- A personas de todas las nacionalidades.

¿Cuándo?

- En la escuela.
- En el transporte público y escolar.
- En el camino a la escuela o de regreso a casa.
- Cuando un grupo de estudiantes no son vigilados, o son supervisados por pocos adultos.
- Durante el recreo.
- En las clases especiales, como natación o música.
- En las áreas de educación física.
- Al cambiar de salón.
- Cuando la atención del profesor está en otra parte.

¿Cómo?

- **Físico:** golpes, empujones, rasguños, etc.
- **Verbal:** insultos, burlas, apodos, humillaciones, amenazas, etc.

- **Electrónico o cyberbullying:** mensajes amenazantes o imágenes humillantes por celular, correo electrónico, *chat* o redes sociales.
- **Gesticular:** gestos y señas.
- **Escrito o gráfico:** mensajes, recados, dibujos amenazantes o humillantes.
- **Económico:** exigen dinero, roban.
- **Sexual:** hacen comentarios sexuales y agreden el cuerpo de otros.

**Las agresiones pueden ser en privado o en público.
Cada vez son más frecuentes y violentas.**

CAPÍTULO 2. ¿Por qué hay agresores y víctimas?

¿Recuerda si alguna vez hizo bromas a algún compañero de la escuela?, ¿lo molestaban?, o ¿era quien defendía a otros? A todos nos ha pasado o sabemos de alguien que sufría acoso escolar.

Pero, ¿por qué algunos niños y jóvenes se comportan así? Quien escoge a otro para molestarlo y llenarlo de miedo, quien tiene el coraje para amenazarlo, quien es astuto para evitar que lo regañen, quien disfruta lastimando a otros está confundido y necesita ayuda urgente.

Algunas características que puede tener un agresor

- Se creen superiores.
- No se ponen en los zapatos de otros ni entienden a otras personas.
- No se controlan y tienen problemas de conducta.
- Toman alcohol y drogas.
- Sufren de maltrato y les falta afecto familiar.
- Pueden ser víctimas de abuso sexual infantil.
- En su familia no se comunican, no se toman en cuenta sus opiniones, no se demuestran cariño, no son tolerantes.

¿Por qué un agresor hace *bullying*?

- Por venganza, resentimiento, envidia, celos o rencor personal.
- Para desquitarse de los problemas personales y familiares.
- Para lucirse ante amigos y personas del sexo opuesto.
- Para quedar bien con un agresor al que le teme.
- Por imitación y ser aceptado en un grupo.
- Para distraer la atención y no ser molestado.
- Para sentirse fuerte o por simple maldad.
- Por diversión y para ganar popularidad.

Los agresores se sienten con derechos sobre los demás, pueden ser buenos para el deporte, fuertes, ricos, guapos, bonitas, populares, etc.

Algunas características que puede tener una víctima

- Autoestima baja.
- No se relacionan con los demás, están aislados.
- Son muy nerviosos.
- Su apariencia es diferente o tienen alguna discapacidad.
- Familia autoritaria o indiferente.
- Viven en una familia desunida y les falta afecto familiar.
- Casi no conviven con la familia o tienen poca comunicación.

¿Cómo reacciona la víctima ante una agresión?

- Por lo regular guarda silencio y aguanta las agresiones.
- A veces se atreve a insultar, la mayoría de las veces entre dientes.
- Rara vez responde con violencia física. Cuando esto pasa, el agresor se aleja por algún tiempo o definitivamente porque no se esperaba esa respuesta. La autoestima de la víctima aumenta por el prestigio que ganó.

**¿Por qué hay tantos niños y jóvenes acosados?
Porque no lo reportan, ni en la escuela ni con sus padres.
La solución está en hablarlo, no tolerarlo y denunciarlo.**

CAPÍTULO 3. Consecuencias del acoso escolar

Las consecuencias del acoso escolar duran poco o mucho tiempo y afectan de distinta manera. Pueden ser:

• Físicas • Psicológicas • Escolares • Sociales • Económicas • Legales

Algunas consecuencias del acoso escolar

Víctimas	Agresores y cómplices	Escuela	Testigos	Padres de familia: De la víctima Del agresor
Daños físicos	Castigos	Desprestigio	Enfermedades	Angustia (padres de la víctima)
Enfermedades	Expulsiones	Denuncias	Problemas psicológicos	Preocupación (padres de la víctima)
Problemas psicológicos	Abandono de la escuela	Problemas legales	Bajo aprovechamiento escolar	Enojo
Bajo aprovechamiento escolar	Fumar, beber o drogarse	Problemas económicos por el abandono de alumnos del plantel	Aislamiento	Frustración (padres de la víctima)
Aislamiento	Meterse en peleas	Clausuras	Autoestima baja	Pena y vergüenza (padres del agresor)
Autoestima baja	Denuncias y problemas legales	Multas	Ansiedad y nerviosismo	Gastos por servicios y consultas médicas
Ansiedad y nerviosismo	Mala fama	Gastos por denuncias y problemas legales	Problemas para dormir	Gastos por terapias psicológicas
Depresión e incluso suicidio	Soledad		Miedo	Gastos por denuncias y problemas legales
Abandono escolar	Rechazo social		Remordimiento	Distracción del trabajo
Problemas para dormir	Autoestima baja			
Tristeza	Temor e indecisión			
Miedo	Desagrado			
Resentimiento y rencor				

CAPÍTULO 4. Valores y límites: la solución ideal

En algunas familias no hay convivencia ni respeto, no se enseñan y practican los valores. Esto ha dado como resultado, entre otras cosas, el acoso escolar.

Actuar de acuerdo con los valores trae beneficios dentro y fuera de la casa. Los padres de familia deben enseñarlos a sus hijos para favorecer una sana convivencia, basada en la tolerancia y el respeto a los demás.

Así, los niños y jóvenes podrán reconocer las señales de lo que se considera una conducta agresiva, propia o ajena, y establecer límites para sí mismos y para los demás. Molestar a otra persona es incorrecto, pero no defenderse y no denunciarlo, también lo es.

Los padres deben estar al pendiente de las actividades de sus hijos: qué hacen, adónde van, con quién juegan, cómo juegan, cuáles son sus intereses; así como poner normas y límites.

La escuela también enseña y fomenta valores y habilidades sociales, por lo que deberá poner límites a través de reglamentos contra cualquier agresión.

Los valores básicos que debe enseñar para que su hijo no reciba o haga acoso escolar son:

Respeto	A sí mismo y a los demás siempre.
Dignidad	Actuar con responsabilidad, seriedad y respeto.
Tolerancia	Aceptar de buen grado que los demás sean, piensen y actúen de manera distinta a nosotros.
Buen juicio	Pensar y ser inteligentes para actuar debidamente, sin consecuencias negativas para nosotros y los demás.
Justicia	Dar a cada quien lo que le corresponda o merezca según sus derechos y acciones.
Lealtad	No olvidar compromisos ofrecidos a alguien, ser fieles.
Generosidad	Compartir con los demás ideas, sentimientos y cosas sin distinción de personas.
Responsabilidad	Cumplir siempre con todos los deberes propios sin que nadie deba recordárnoslo.
Igualdad	Tratar a las personas de la misma manera en cualquier caso.
Honestidad	Ser francos y claros. Hablar y actuar siempre con rectitud.
Valentía	Tener el valor para defenderse a sí mismo y a otros.

Somos el reflejo de lo que aprendemos en nuestra casa.

CAPÍTULO 5. ¿Qué son las habilidades sociales y para qué sirven?

Las habilidades sociales son conductas que permiten relacionarnos mejor para tener una sana convivencia. Además, con ellas se pondrá un alto al *bullying*.

La escuela debe ser un lugar seguro, donde nuestros hijos se sientan cómodos, incluidos y apreciados. Es aquí donde entran las habilidades sociales, pues cada estudiante deberá contar con ellas para mejorar su relación con los demás.

Los padres de familia y las escuelas deben fomentar las habilidades sociales. Explíquelas a su hijo y haga que poco a poco las lleve a cabo dentro y fuera de la escuela.

Programa de aprendizaje de habilidades sociales

Obligatorio: ESTUDIANTES	Obligatorio: FUNCIONARIOS ESCOLARES	Opcional: PADRES DE FAMILIA *Los padres de víctimas o agresores deberían participar obligatoriamente en el programa.
Agresores, víctimas, testigos, cómplices y amigos de víctimas.	Directivos, maestros y personal escolar.	Padres de familia en general, padres de víctimas y agresores.
Actitudes positivas hacia uno mismo: Me quiero, como bien y hago ejercicio.		
Asertividad: Siempre defendiendo lo que pienso.		
Empatía: Me pongo en los zapatos de otro para entenderlo.		
Expresión de sentimientos: Digo lo que siento o pienso, sin miedo a lo que opinen los demás.		
Autocontrol: Cuando algo me molesta, puedo calmarme.		
Libertad para opinar: Hablo cuando no estoy de acuerdo con algo.		
Habilidad de conversación: Platico con mi familia y mis amigos.		
Conductas cooperativas: Hago las cosas para el bien común.		
Trabajo en equipo: Me organizo para realizar una actividad en grupo.		
Aceptación de autoridad: Sé y reconozco que el director tiene el mando dentro de la escuela.		
Establecimiento de límites: No permito que me agredan.		
Conciencia de consecuencias: Pienso en las consecuencias que traerían mis actos.		
Previsión de consecuencias: Antes de hacer algo, pienso lo que puede pasar.		
Identificación de problemas interpersonales: Acepto mis defectos y escucho los comentarios de los demás.		
Anticipación de situaciones de posible conflicto: Tomo medidas preventivas para evitar problemas.		
Capacidad de solución de problemas: Platico con todos para resolver un problema.		
Defender los derechos propios y ajenos: Defiendo siempre mis derechos y los de otros.		
Conducta ética: Soy responsable y justo.		

Enseñe a su hijo habilidades sociales, le servirán para toda la vida.

CAPÍTULO 6. La comunicación es la clave

La comunicación es la base para resolver, de forma preventiva o correctiva, el problema del acoso escolar. Si es de manera preventiva, enseñando mensajes positivos como: valores, habilidades sociales, normas, etc. Si es de manera correctiva, reportando los abusos cometidos contra alguien.

Explique a su hijo que al hacer el reporte diga la verdad y no se deje llevar por rumores falsos o con mala intención. Además, no es un “traidor” por denunciar una agresión; al contrario, si no lo dice está traicionando a la víctima y a sí mismo.

Si su hijo reporta una agresión, dígame que actuó bien y es valiente; por el contrario, si la inventó, corríjalo.

Hable con su hijo, ténganse confianza. Así sabrá si pasa algo.

**Si necesita apoyo o va a denunciar un acto de *bullying*, acuda al
Consejo Ciudadano de Seguridad Pública, Prevención y Readaptación Social del Estado de Jalisco.
Llame al (33) 30.30.83.00 y (33) 38.80.01.80.**

¿Con quién hablo para detener el acoso escolar?

¿CON QUIÉN HABLO PARA DETENER



DIRECTIVOS ESCOLARES

deben comunicarse con:

- Víctimas y agresores
- Amigos de las víctimas
- Testigos
- Personal escolar
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Padres del agresor
- Autoridades judiciales
- Prestadores de atención médica
- Prestadores de terapia psicológica
- Buzón escolar
- Correo electrónico escolar
- Teléfono escolar

PERSONAL ESCOLAR

deben hablar con:

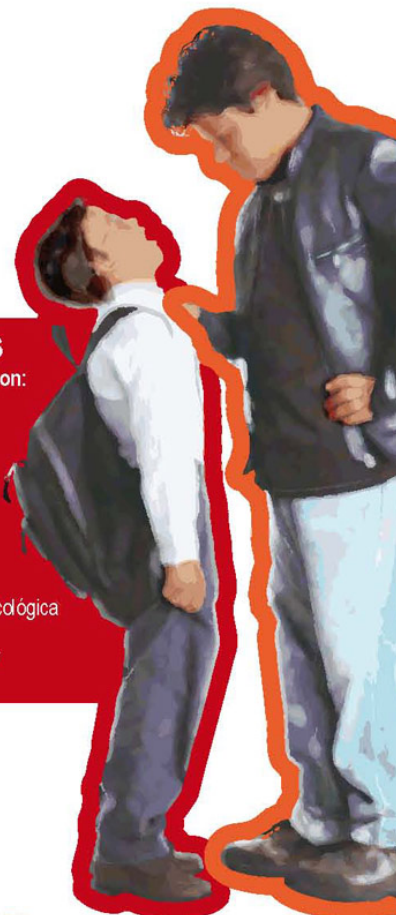
- Víctimas
- Amigos de las víctimas
- Testigos
- Maestros
- Directivos escolares



VÍCTIMAS

deben comunicarse con:

- Amigos de las víctimas
- Testigos
- Personal escolar
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Prestadores de atención médica
- Prestadores de terapia psicológica
- Buzón escolar
- Correo electrónico escolar
- Teléfono escolar



MAESTROS

deben comunicarse con:

- Víctimas y agresores
- Amigos de las víctimas
- Testigos
- Personal escolar
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Padres del agresor
- Autoridades judiciales
- Prestadores de atención médica
- Prestadores de terapia psicológica
- Buzón escolar
- Correo electrónico escolar
- Teléfono escolar



TESTIGOS PRESENCIALES

deben comunicarse con:

- Víctimas
- Amigos de las víctimas
- Personal escolar
- Maestros
- Directivos escolares
- Buzón escolar
- Correo electrónico escolar
- Teléfono escolar



AMIGOS de las VÍCTIMAS

deben comunicarse con:

- Víctimas
- Testigos
- Personal escolar
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Buzón escolar
- Correo electrónico escolar
- Teléfono escolar

EL ACOSO ESCOLAR?



Prestadores de ATENCIÓN PSICOLÓGICA deben hablar con:



- Víctimas y agresores
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Autoridades judiciales
- Prestadores de atención médica

Prestadores de ATENCIÓN MÉDICA deben hablar con:



- Víctimas
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Autoridades judiciales
- Prestadores de terapia psicológica

AGRESORES Y CÓMPlices DE LOS AGRESORES

SIN INTENCIÓN ALGUNA DE EVITAR Y SUSPENDER EL ACOSO ESCOLAR QUE COMETEN



PADRES DEL AGRESOR deben hablar con:

- Agresores
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Autoridades judiciales
- Prestadores de terapia psicológica

PADRES DE LA VÍCTIMA deben hablar con:



- Víctimas
- Amigos de las víctimas
- Testigos
- Personal escolar
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres del agresor
- Autoridades judiciales
- Prestadores de atención médica
- Prestadores de terapia psicológica

AUTORIDADES JUDICIALES deben hablar con:

- Víctimas
- Agresores
- Cómplices de agresores
- Maestros
- Directivos escolares
- Padres de la víctima
- Padres del agresor



CAPÍTULO 7. El acoso escolar, ¿se castiga?

En México aún no existe ningún tipo de delito definido como acoso escolar o *bullying*. Lo que sí hay es una clasificación general de éstos de acuerdo con el Código Penal Federal y muchos de ellos los cometen los estudiantes que agreden a otros.

Si su hijo es víctima de acoso escolar y se siente asustado por los ataques y las amenazas que recibe, reporte la agresión con las autoridades de la escuela. Si la acción es un delito, denúnciela con las autoridades judiciales.

DELITO ANTE LA LEY (CÓDIGO PENAL FEDERAL)	ACCIONES DEL <i>BULLYING</i> CORRESPONDIENTES
DELITOS CONTRA LA VIDA E INTEGRIDAD CORPORAL	
Lesiones	Herir, quemar, torcer, fracturar y cualquier otro daño que deje huella en el cuerpo.
Homicidio	Matar por violencia física o causar la muerte de manera indirecta.
DELITOS CONTRA LAS PERSONAS EN SU PATRIMONIO	
Robo	Tomar algo sin consentimiento de la persona.
Extorsión	Obligar a dar, hacer, dejar hacer o tolerar algo.
Daño en propiedad ajena	Destruir ropa o pertenencias.
DELITOS CONTRA LA PAZ Y SEGURIDAD DE LAS PERSONAS	
Amenazas	Amenazar con cosas o derechos, en persona o por <i>cyberbullying</i> .
Privación ilegal de la libertad	Detener, encerrar, esconder a víctimas.
ENCUBRIMIENTO Y OPERACIONES CON RECURSOS DE PROCEDENCIA ILÍCITA	
Encubrimiento	Callar un acto criminal, ayudar a un delincuente, esconder cosas que vienen de un delito.
CONTRA LA LIBERTAD Y EL NORMAL DESARROLLO PSICOSEXUAL	
Hostigamiento y acoso sexual	Acosar sexualmente.
Violación	Cometer una violación.
CONTRA LA SEGURIDAD PÚBLICA	
Portación de armas prohibidas	Amenazar con armas.
Asociación delictuosa	Formar parte de un grupo de tres o más personas (pandilla) que a veces comete delitos.
CONTRA EL LIBRE DESARROLLO DE LA PERSONALIDAD	
Provocación para que se cometa un delito	Promover o animar un delito.
Defensa al que comete un delito	Defender a quien agrede.
No denunciar un delito	Quedarse callado al saber que han agredido a alguien, pudiéndolo evitar.

Poner una denuncia es un acto de valor de quienes la hicieron y una lección para el agresor, quien se verá involucrado por vez primera en un asunto legal.

CAPÍTULO 8. Información y sugerencias

8.1 Para padres de víctimas

1. Investigar y participar si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en la escuela.
2. Capacitarse en el tema y colaborar en las acciones *antibullying*.
3. Tolerancia cero ante cualquier agresión sufrida por su hijo.
4. Comunicarse con maestros y directivos escolares.
5. Estar atentos para detectar señales de *bullying* contra su hijo.
6. Reportar a la dirección de la escuela cualquier sospecha o caso de *bullying* contra su hijo.
7. En caso de una agresión, reunirse de inmediato con el maestro y el director de la escuela.
8. Identificar al agresor. Si es por acoso electrónico o *cyberbullying*, intentar descubrirlo.
9. Promover con la escuela un encuentro con los padres del agresor.
10. Si la escuela no colabora y el caso es grave, buscar directamente a los padres del agresor.
11. Si el caso lo amerita, denunciarlo con las autoridades judiciales.
12. Creer y apoyar siempre a su hijo. No culparlo.
13. Hablar con su hijo para conocer detalles y consecuencias de la agresión.
14. Poner en práctica la cultura familiar de la no violencia dentro y fuera del hogar.
15. Animar a su hijo a que haga mucho ejercicio físico y refuerce su autoestima.
16. Tener comunicación con su hijo y en la familia.
17. Nunca decirle a su hijo que ignore el *bullying*.
18. Informar a otros padres de posibles víctimas.
19. Concentrarse en su hijo y ser solidario.
20. No fomentar la venganza ni creer que es una solución.
21. Bloquear el contacto de correo electrónico y los teléfonos de su hijo.
22. Atender a su hijo de posibles lesiones físicas y psicológicas.

8.2 Para padres de agresores

1. Investigar y participar si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en la escuela.
2. Capacitarse en el tema y colaborar en las acciones *antibullying*.
3. Tolerancia cero ante cualquier agresión hecha por su hijo contra otros.
4. Comunicarse con maestros y directivos escolares.
5. Compartir preocupaciones con maestros y director de la escuela.
6. Estar atentos para detectar señales si su hijo agrede a otros.
7. No alterarse al saber que su hijo comete *bullying*.
8. Nunca negar el problema y jamás verlo como una conducta estudiantil “normal”.
9. No pensar que el *bullying* es un juego de niños.
10. No sentirse culpables o avergonzados, lo mejor es la comunicación y detener el *bullying*.
11. No culpar a la escuela, los maestros o amigos de su hijo.
12. Al enterarse del acoso, exija a su hijo los detalles de lo ocurrido.
13. Si su hijo comete *bullying*, no lo maltrate, sólo lo hará más agresivo.
14. No cambiar a su hijo de escuela, si es un acosador lo hará en cualquiera. Esa no es la solución.
15. Poner límites, así como normas claras dentro de la familia.
16. Poner en práctica la cultura familiar de la no violencia dentro y fuera del hogar.
17. Dejar en claro a su hijo que no tolerará la agresión escolar.
18. Pasar más tiempo con su hijo, conocerlo y supervisar sus actividades.
19. Buscar soluciones en familia.
20. Dar a su hijo atención psicológica especializada, si es necesario.

8.3 Para directivos escolares

1. Crear un programa permanente para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo.
2. Capacitar e incluir a todos los maestros y al personal escolar.
3. Informar a todos los estudiantes sobre el *bullying* y sus consecuencias.
4. Hacer y dar a conocer a todos un reglamento práctico, claro y estricto.
5. Avisar a los padres de los involucrados (víctima y agresor) el caso de acoso escolar.
6. Dependiendo de la agresión habrá: amonestación, expulsión temporal y expulsión definitiva.
7. Las agresiones comprobadas fuera de la escuela serán sancionadas.
8. La amonestación al agresor debe ser oral, frente a la comunidad escolar y por escrito.
9. Promover la cultura de la comunicación, el reporte y la denuncia.
10. Poner buzones físicos, teléfonos *antibullying* y correos electrónicos para recibir denuncias.
11. Aplicar encuestas anónimas a alumnos para conocer lo que sucede en la escuela.
12. Poner en marcha un sistema de detección y vigilancia.
13. Aumentar la supervisión en áreas solitarias y horarios clave.
14. No ignorar ninguna señal de acoso escolar por mínima que sea.
15. Cualquier acto de *bullying* debe ser castigado. Tolerancia cero.
16. Evaluar qué casos de agresión escolar merecen poner una denuncia legal.
17. Formar un comité escolar *antibullying* e informar sobre planes y logros a todos.
18. Compartir experiencias con otras escuelas.
19. Contar con un departamento especializado en psicología para apoyar a los alumnos.

8.4 Para maestros

1. Ayudar a crear el programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo.
2. Colaborar con la dirección escolar en la campaña permanente contra el *bullying*.
3. Participar en la elaboración del reglamento y darlo a conocer entre los estudiantes.
4. Capacitarse en el tema y colaborar en las acciones.
5. Tener comunicación con alumnos, directivos escolares, padres de familia y personal escolar.
6. Informar a los alumnos sobre los riesgos y las consecuencias del *bullying*.
7. Tolerancia cero ante cualquier agresión escolar.
8. Promover la cultura de la comunicación, el reporte y la denuncia.
9. Reportar a la dirección cualquier caso de *bullying*.
10. Aprender y aplicar técnicas para detener las agresiones.
11. Estar atentos para detectar señales de *bullying*.
12. Aumentar la supervisión en clases y horas libres.
13. Vigilar el uso de computadoras y aparatos electrónicos dentro de la escuela.
14. Ayudar a las víctimas y los agresores.
15. Ayudar a los alumnos de nuevo ingreso a que se integren.
16. Compartir experiencias sobre el tema con maestros de la misma y otras escuelas.

8.5 Para personal escolar

1. Ayudar a crear el programa para el desarrollo de habilidades sociales.
2. Apoyar en el programa de valores y civismo.
3. Colaborar con la dirección escolar en la campaña permanente contra el *bullying*.
4. Capacitarse en el tema y colaborar en las acciones.
5. Ayudar a dar a conocer el reglamento entre los estudiantes.
6. Tolerancia cero ante cualquier agresión escolar.
7. Tener comunicación con maestros y directivos escolares.
8. Política de puertas y oídos abiertos para escuchar a todos.
9. Aprender y aplicar técnicas para detener las agresiones.
10. Estar atentos para detectar señales de *bullying*.
11. Reportar a la dirección cualquier caso de acoso escolar.

8.6 Para prestadores de servicios médicos y psicológicos

Los daños de la agresión escolar pueden ser:

Físicos:

1. Poner atención para distinguir si las heridas o golpes son por accidentes o *bullying*.
2. En el caso de daños físicos, hacer curaciones y dar primeros auxilios a la víctima.
3. Si hay lesiones graves, dar atención médica especializada.
4. En las situaciones que el prestador crea conveniente, debe informar a las autoridades.
5. Dentro de los programas de medicina preventiva se debe incluir el tema del *bullying*, así como sus consecuencias físicas.

Psicológicos:

1. Los padres de familia determinarán, apoyados de maestros y directivos, si su hijo necesita atención psicológica.
2. Con el diagnóstico del médico se conocerán los pasos a seguir en la terapia y si se involucrará o no a las autoridades judiciales.
3. Ayudar a los niños y jóvenes a hablar sobre el acoso, evitar la culpa y aumentar su autoestima.
4. Apoyar a la víctima para salir adelante de los recuerdos del *bullying*.
5. Trabajar con los padres y las autoridades escolares para ayudar a las víctimas a detener el acoso escolar.
6. Participar con las escuelas para desarrollar programas de prevención contra el *bullying*.
7. Dentro de los programas de medicina preventiva se debe incluir el tema del acoso escolar, así como sus consecuencias psicológicas.

8.7 Para víctimas

1. Investiga y participa si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en tu escuela.
2. Ten comunicación con tus amigos, maestros y directivos.
3. Tolerancia cero para cualquier agresión que sufras. Repórtala de inmediato.
4. Ten identificado al agresor. Si es por *cyberbullying*, intenta descubrirlo.
5. Si tu escuela no hace nada, avisa directamente a tus padres.
6. Dile a tus padres todo lo que te pasa, pueden ayudarte a poner fin al acoso.
7. Si no puedes hablar, escríbelo en una carta o envía un *e-mail* con tu firma a todas las personas en quien confíes.
8. Cuando denuncies una agresión, da todos los detalles.
9. El agresor piensa que nunca te defenderás. Sé valiente para enfrentarlo.
10. Al defenderte, hazlo en público y acompañado de tus amigos.
11. Di a tu agresor que si te causa un delito, irás con las autoridades judiciales.
12. Jamás te hagas daño a ti mismo para escapar del *bullying*.
13. No eres chismoso ni cobarde, si hablas en defensa propia o ajena.
14. Haz mucho ejercicio físico para fortalecer tu cuerpo y tu autoestima.
15. Participa en actividades en las que puedas hacer amigos.
16. Nunca pienses que es tu culpa. ¡Nadie merece ser molestado!
17. No des al agresor el poder que no tiene. Tu miedo lo hace más fuerte.
18. No creas que la venganza es una solución.

8.8 Para amigos de las víctimas

1. Investiga y participa si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en tu escuela.
2. Ten comunicación con tus padres, amigos, maestros y directivos.
3. Tolerancia cero para cualquier agresión que veas. Repórtala de inmediato.
4. Ten identificado al agresor y sus cómplices.
5. Si no puedes hablar, escríbelo en una carta o envía un *e-mail* con tu firma a todas las personas en quien confíes.
6. Cuando denuncies una agresión, da todos los detalles.
7. No temas si un agresor te ve con su víctima.
8. Piensa cómo te sentirías si el acoso te estuviera pasando a ti.
9. No dejes a tu amigo solo, ayúdalo si te necesita. Invítalo a jugar en el recreo, platicar, trabajar juntos en una tarea, etc.
10. Anímalo a que le diga a un adulto que está siendo víctima de *bullying*.
11. No des al agresor el poder que no tiene. Tu miedo lo hace más fuerte.
12. Si te sientes seguro, enfrenta al agresor y defiende a tu amigo. Ponle un alto tranquilamente.
13. Di a los agresores que si cometen un delito, tendrán consecuencias legales.
14. Haz mucho ejercicio físico para fortalecer tu autoestima.
15. Sé valiente para enfrentar las situaciones de injusticia.
16. Defender a los más débiles es muy honorable.

8.9 Para testigos

1. Investiga y participa si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en tu escuela.
2. Ten comunicación con tus padres, amigos, maestros y directivos escolares.
3. Tolerancia cero para cualquier agresión que veas. Repórtala de inmediato.
4. Es normal que tengas miedo si ves a un *bully* agrediendo a una víctima.
5. No le quites tu amistad a una víctima de *bullying* por miedo a un acosador.
6. Ten identificado al agresor y sus cómplices.
7. Al reportar una agresión, da todos los detalles, no te calles nada.
8. Si eres testigo de la agresión y tienes miedo de ser una víctima, denuncia.
9. Ver una agresión y no denunciar al agresor te convierte en cómplice.
10. Piensa cómo te sentirías si el acoso te estuviera pasando a ti.
11. Di a los agresores que si cometen un delito, tendrán consecuencias legales.
12. Haz mucho ejercicio físico para fortalecer tu cuerpo y tu autoestima.
13. Si te sientes seguro, enfrenta al agresor en público y acompañado de tus amigos. Ponle un alto tranquilamente.
14. No des al agresor el poder que no tiene. Tu miedo lo hace más fuerte.
15. Sé valiente para enfrentar las situaciones de injusticia.
16. Defender a los más débiles es muy honorable.

8.10 Para agresores y sus cómplices

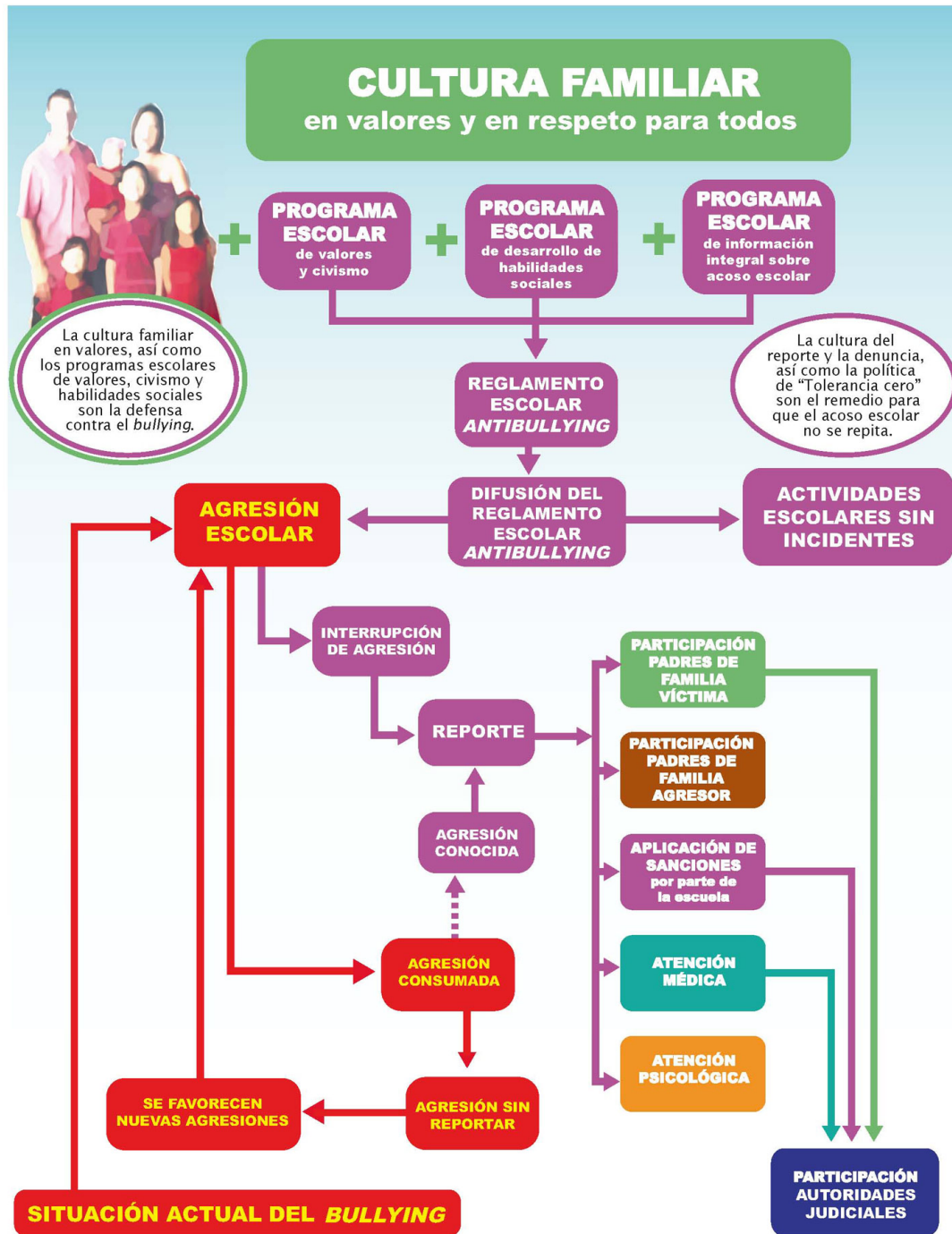
1. Investiga y participa si hay un programa para el desarrollo de habilidades sociales, valores y civismo en tu escuela.
2. La violencia causa dolor en la víctima.
3. Ponte en el lugar de la víctima de *bullying* y entiende su sufrimiento.
4. Contrólate y ten buena voluntad para no agredir a los demás.
5. Nunca niegues el problema ni lo veas como una conducta normal.
6. Deja de acosar a tus compañeros. Tarde o temprano tendrás problemas si no te detienes.
7. Un *bully* es responsable de las consecuencias que cause en las víctimas.
8. Abusar de débiles no es motivo para sentirse orgulloso.
9. Los *bullies* no son valientes.
10. Los acosadores escolares se pueden volver delincuentes.
11. Un *bully* que no se detiene, de adulto será acosador de su pareja, sus hijos y de la sociedad.
12. Si tienes problemas personales y familiares, busca ayuda.
13. Las agresiones físicas o psicológicas graves pueden causar la muerte de la víctima.
14. Muchos actos de *bullying* son delitos y pueden llevarte a prisión.
15. Reflexiona sobre lo que haces y cómo afectas la vida de los demás.
16. Pide ayuda. Habla con tus padres, maestros y directivos. Ellos te dirán cómo terminar con el acoso escolar.

CAPÍTULO 9. Prevención y combate al acoso escolar

Para hacer un frente contra el acoso escolar es indispensable empezar desde la casa, es decir, educar con valores, reafirmarlos día a día. La escuela juega un papel básico, pues también forma, por lo que ambas deben trabajar para y por los niños y jóvenes.

Cuando se cometan actos violentos es necesario que la escuela los frene y dé aviso a los padres de familia. Asimismo, si los padres son quienes detectan señales de acoso, deben denunciarlo ante las autoridades escolares y judiciales, de ser necesario.

Trabajar en equipo es la principal arma para poner un alto al *bullying*. Por eso no debemos tolerarlo, estar atentos y hablar con nuestros hijos, así como desarrollar habilidades sociales, que serán de gran ayuda para toda la vida.



Valores + Civismo + Habilidades Sociales + Información + Tolerancia cero

¿DÓNDE PUEDO OBTENER AYUDA Y MÁS INFORMACIÓN?

Agencias del Ministerio Público

Asociación Jalisciense de Padres de Familia en Contra de la Violencia y el Acoso en la Educación Básica A. C.

Tels.: (33) 38.25.17.43/(33) 31.26.83.26.

asjapava@hotmail.com

Centro Nacional de Atención Ciudadana de la Procuraduría General de la República

Tels.: (55) 53.46.15.40. Lada sin costo: 01.800.00.85.400.

denunciaspgr@pgr.gob.mx

Centro Nacional de Denuncia

Tels.: 088/089. Lada sin costo: 01.800.440.36.90/01.800.737.48.42.

denuncia@ssp.gob.mx

Centro Virtual de Atención a Víctimas

Tels.: (55) 55.63.99.88. Lada sin costo: 01.800.902.98.32.

http://www.ssp.gob.mx/CEVAVI/portal/cevavi.portal?_nfpb=false

atencionavictimas@ssp.gob.mx

Comisión Estatal de Derechos Humanos Jalisco

Pedro Moreno N. ° 1616, Col. Americana, C. P. 44160.

Tels.: (33) 36.69.11.01. Lada sin costo: 01800 201 8991. Quejas: (33) 36.69.11.00.

<http://www.cedhj.org.mx/>

Procuraduría General de Justicia de Jalisco

Calle 14 N. ° 2567, Zona Industrial, C. P. 44940, Guadalajara, Jalisco.

Tels.: (33) 38.37.60.00. Lada sin costo: 01.800.64.09.298.

<http://www.jalisco.gob.mx/wps/portal/procuraduriaGeneralJusticia/>

tomas.coronado@jalisco.gob.mx

Secretaría de Educación Jalisco

Av. Central N. ° 615, Col. Residencial Poniente, C. P. 45136, Zapopan, Jalisco.

Av. Prolongación Alcalde N. ° 1351, Edificio B, Torre de Educación, Col. Miraflores, C. P. 44280, Guadalajara, Jalisco.

Tel.: (33) 36.78.75.00/(33) 38.19.27.13.

<http://www.jalisco.gob.mx/wps/portal/sriaEducacion/consulta/educar/dirrseed.html>

Secretaría de Salud Jalisco

Dr. Baeza Alzaga N. ° 107, Zona Centro, C. P. 44100, Guadalajara, Jalisco.

Tel.: (33) 30.30.50.00.

<http://www.jalisco.gob.mx/wps/portal/sriaSalud/>

Secretaría de Seguridad Pública Jalisco

Libertad N. ° 200, Zona Centro, C. P. 44100, Guadalajara, Jalisco.

Tel.: (33) 36.68.79.00.

<http://www.jalisco.gob.mx/wps/portal/sriaSeguridadPublica/index.html>

Sistema para el Desarrollo Integral de la Familia Jalisco

<http://sistemadif.jalisco.gob.mx/>

<http://basica.sep.gob.mx/escuelasegura/pdf/MatInfo/ViolenciaEscolar.pdf>

http://www.consejos Escolares.sep.gob.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=345&Itemid=132

<http://contraelbullying.org/>

<http://www.acosomoral.org/pdf/bullying1.pdf>

<http://www.acosomoral.org/indexbully.htm>

FUENTES DE CONSULTA

Cobo, Paloma y Tello, Romeo. *Bullying en México. Conductas violentas en niños y adolescentes*. Quarzo, México, 2008.

“El acoso escolar se puso de moda”, en *La Jornada*, 10 mayo de 2010. En línea: <http://www.jornada.unam.mx/2010/05/10/index.php?section=politica&article=002n1pol> [Última consulta 1 de abril de 2010].

Fabri, Lana. *La escuela segura la hago yo. Más de 300 de los mejores consejos*. Fernández educación. México, 2010.

Instituto Nacional de Evaluación Educativa (INEE). *Violencia y disciplina en las escuelas primarias y secundarias*. En línea: http://www.inee.edu.mx/images/stories/documentos_pdf/Publicaciones/Informe2006/4olibro_c_4.pdf [Última consulta 1 de abril de 2010].

Juárez, Irma. “*Bullying*, la nueva forma del acoso escolar”, en *Milenio*, 28 de junio de 2009). En línea: <http://www.milenio.com/node/239497> [Última consulta 1 de abril de 2010].

Mapa de habilidades sociales. (s/f). En línea: www.down21.org/act_social/relaciones/1_h_sociales/habilidades_mapa.htm [Última consulta 1 de abril de 2010].

Maya, Vanesa y Tapia, Daniel. “El *cyberbullying* en México”, en *Revista az*. En línea: <http://www.inee.edu.mx/images/stories/Noticias/2010/Junio/az-3.pdf> [Última consulta 1 de abril de 2010].

Mendoza, María Teresa. *La violencia en la escuela*. Trillas, México, 2011.

Olweus, Dan. *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Alfaomega, México, 2005.

Poder Ejecutivo Federal. *Código Penal Federal*. Vigente al 28 de julio de 2010.

Poy, Laura. “La ONU llama a erradicar el acoso escolar”, en *La Jornada*, 20 de junio de 2010. En línea: <http://www.jornada.unam.mx/2010/06/20/index.php?section=sociedad&article=046n1soc> [Última consulta 2 de abril de 2010].

Secretaría de Seguridad Pública y Secretaría de Educación Pública. *Guía básica de prevención de la violencia en el ámbito escolar*. En línea: <http://basica.sep.gob.mx/escuelassegura/pdf/MatInfo/ViolenciaEscolar.pdf> [Última consulta 2 de abril de 2010].

Stop bullying now! En línea: <http://www.stopbullyingnow.hrsa.gov/kids/> [Última consulta 2 de abril de 2010].

Valle, Trixia. *¡Ya no quiero ir a la escuela!* Porrúa, México, 2009.

Voors, William. *Bullying: El acoso escolar. El libro que todos los padres deben conocer*. Oniro, Barcelona, 2005.

Zataráin, Francisco. *Lolo. Acoso escolar*. Jus, México, 2008.

Glosario

Amonestación: Advertencia muy severa que se hace a alguien.

Anónimo: Nombre desconocido.

Ansiedad: Inquietud o angustia que no permite estar tranquila a la persona.

Aprovechamiento: Obtener un beneficio o un provecho. Sacar el máximo rendimiento de algo.

Astuto: Es hábil para engañar a alguien, evitar un daño o lograr un fin.

Autoestima: Aprecio, afecto o consideración que se tienen hacia uno mismo.

Autoritaria: Que abusa de su autoridad o la impone.

Comunicación: Manifestar, hacer saber o dar a conocer algo a través de cualquier medio de expresión.

Conexión: Relación, enlace, atadura o unión entre una cosa y otra.

Chat: Plática que tienen varias personas en Internet de forma simultánea.

Delito: Acción que tiene el propósito de causar un daño, es castigada por la ley.

Discapacidad: Limitación de la capacidad de una persona para realizar ciertas actividades a causa de una deficiencia física o mental.

Estrés: Tensión provocada por situaciones angustiosas que producen daños en nuestro cuerpo y mente.

Género: Conjunto de seres que tienen una o varias características comunes: femenino y masculino.

Honorable: Digno de ser honrado o respetado.

Intimidar: Causar o provocar miedo.

Legal: Que lo dice la ley o está de acuerdo con ella.

Lesión: Daño en el cuerpo causado por una herida, un golpe o una enfermedad. Cualquier daño o perjuicio.

Nacionalidad: Estado de una persona que nace o adquiere los derechos y los deberes de una nación o país. Por ejemplo, mexicano, español, etc.

Remordimiento: Pesar interno que se experimenta después de realizar una acción que se considera mala o dañina.

Sociable: Dispuesto al trato y la relación con las personas.

Suicidio: Quitarse la vida por propia voluntad.

Tolerancia: Respeto o consideración hacia las opiniones o actitudes ajenas.

Violencia: Tendencia a dejarse llevar fácilmente por la ira o hacer uso de la fuerza.